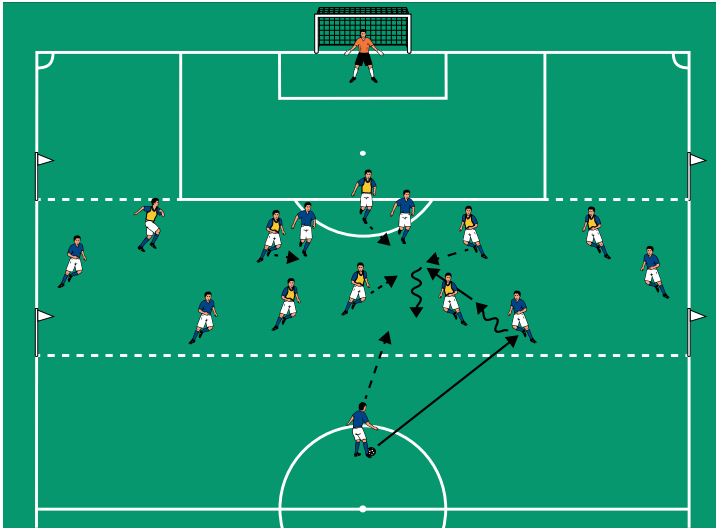


THEMA: IN ÜBERZAHL VERTEIDIGEN



HAUPTTEIL 1:

ABWEHRPRESSING IN ÜBERZAHL VOR DEM STRAUFRAUM

ORGANISATION

- ▶ Eine Feldhälfte als Spielfeld markieren.
- ▶ Auf einer Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen.
- ▶ Das Feld in 3 gleich große Zonen unterteilen.
- ▶ 7 Angreifer und 8 Verteidiger bestimmen.

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 8 auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Der Anspieler passt aus der Aufbauzone zu einem Mitspieler in die Zone vor dem Strafraum und rückt ebenfalls in die Mittelzone nach.
- ▶ Die Verteidiger versuchen, den Ball in Überzahl zu erobern.
- ▶ Gelingt dies, so versuchen sie, in den Mittelkreis zu kontern.

VARIATIONEN

- ▶ Gelingt es den Angreifern, 6 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen, erhalten sie 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Die Angreifer müssen mit mindestens 5 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger sollen kompakt zur Ballseite verschieben.
- ▶ Den Ball jeweils aggressiv im Zweikampf erobern.
- ▶ Auf ein gegenseitiges Coachen der Verteidiger achten.